

KörperIntelligenz-Seminar :

mit Karl Grunick am 1./2. Februar 2020 bei Leipzig

K.I. – KörperIntelligenz und Rhythmus Mit Leichtigkeit und Klarheit den Alltag meistern

Im täglichen Leben stehen wir oft vor herausfordernden Aufgaben.

- Was können wir tun, wenn sich scheinbar unüberwindbare Hindernisse in unseren Weg stellen?
- Was können wir tun, wenn wir in einer Situation stecken, aus der wir selbst mit größter Kraftanstrengung nicht herauskommen?
- Wie würde es sich anfühlen, wenn unerwünschte Energien von außen einfach an uns abprallen und nicht in unser System gelangen können?

Mit K.I. erkennen wir, wie die grundlegenden universalen Energieprinzipien funktionieren, welche wir alle schon erlebt haben und lernen diese in gewünschten Situationen anzuwenden.

Die spielerischen Übungen lassen uns die Erfahrungen körperlich abspeichern, so dass wir im Alltag darauf zugreifen können.

Mit einfachen Mitteln erlangen wir wieder eine Verbindung zu unserem Körper und somit zu uns selbst. Ohne starre Techniken und ohne Tricks.

Diese natürliche Präsenz hilft uns nicht nur in der Arbeit zu besseren Ergebnissen. Sie zeigt auch im Studium, im Sport, in unseren Beziehungen und vielen anderen Bereichen erstaunliche Wirkungen.

Musik und Rhythmen schaffen einen noch einfacheren Zugangs zur K.I.

Karl Grunick erweitert den Raum der KörperIntelligenz an diesem Wochenende um den der **KlangIntelligenz**

Wir wollen diese Erfahrung vertiefen mit Rhythmus und Musik, und uns mit deren Wirkung auf die Persönlichkeit und deren Integration im Sinne der KörperIntelligenz beschäftigen.

Wir haben alle schon erlebt, daß ein Musikstück uns im Innersten berührt und unseren Gemütszustand verändert hat. Musik überspringt die analytischen und logischen Filter unseres Verstands. Sie geht direkt in unser Empfinden und kann dadurch körperliche Reaktionen auslösen. Töne und deren Energie sind erstmal neutral. Sie kann uns positiv und negativ beeinflussen. Je nach Anwendung ist dies also eine potente Kraft, welche uns unterstützen kann in den Zustand der Körperintelligenz zu kommen.

Motto: Dinge einfach machen

Die Gruppe bietet den „Spielraum“, in dem sich jeder Teilnehmer frei entfalten, im Spiegel des anderen erkennen und in ihrem Kraftfeld entwickeln kann.

Durch die Kontinuität und die Konstellation der Gruppe wird die notwendige Vertrautheit der Teilnehmer untereinander ermöglicht.

Die Übungen und der theoretische Unterricht beinhalten in diesem Seminar folgende Einheiten:

- Erleben der Gleichberechtigung von Körper, Geist und Seele
 - Spüren und Zulassen der eigenen inneren Pulsation, des ureigenen Rhythmus
 - Suchen, erfahren und erhalten der eigenen Mitte durch Rhythmus und Musik
 - Stabilisieren und verbessern der eigenen Leistungsfähigkeit
 - Erkennen und vermeiden von unnötigen Konflikten
 - viel Lebensfreude erfahren
 - Anwendungen für den Alltag, Selbstheilung, Selbstverteidigung
- u.v.m. ...

Das Seminar findet am 01. u. 02.02.2020 (Sa. 10-18 und So. 10-14 Uhr) im Reha-Zentrum Reinker in Markkleeberg, Koburger Str. 50 statt. Die Kosten belaufen sich auf 270 €. Weitere Informationen und Anmeldung sind über NitzscheKatja@web.de oder 0179 900 48 43 möglich.